

[Read now] File size: 72.Mb

Les bactries, des amies qui vous veulent du bien

Pr Gabriel Perlemuter
Dr Anne-Marie Cassard

Les bactéries, des amies qui vous veulent du bien



Le bonheur est dans l'intestin

SOLAR
EDITIONS

Download

Read Online

*Par Anne-Marie CASSARD, Gabriel
PERLEMUTER*

*DOC / *audiobook / ebooks / Download
PDF / ePub*

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes
: #71069 dans eBooksPubli le: 2016-03-
10Sorti le: 2016-03-10Format: Ebook
Kindle

[Read now] Les bactries, des amies qui
vous veulent du bien

**Par Anne-Marie CASSARD, Gabriel
PERLEMUTER : Les bactries, des amies
qui vous veulent du bien** before purchasing
it in order to gage whether or not it would be
worth my time, and all praised Les bactries,
des amies qui vous veulent du bien:

Description :

Prsentation de l'diteurEt si on vous disait que notre intestin est l'endroit sur la Terre o la densit est la plus
leve ? Et si on vous disait que ces 100 000 milliards de bactries qui peuplent notre tube digestif sont des
amies qui nous veulent que du bien ? Il est urgent aujourd'hui, comme nous le dmontrent deux minents
spcialistes des bactries, de rhabiliter ces mal-aimes qui prservent notre sant.Nous naissons striles, mais
sommes envahis ds notre toute premiere seconde de vie par des bactries qui resteront en nous dfinitivement.
Fort heureusement, nous vivons en parfaite symbiose avec elles. Nos bactries sont heureuses en nous et elles
nous le rendent bien car, malgr leur mauvaise rputation, elles sont bienveillantes et nous protgent de nombre

de maladies. L'intestin, surnommé "deuxième cerveau", nous contrôle grâce à elles : nos amies les bactéries nous aident à digérer, nous protègent des microbes malveillants et les combattent, mais surtout elles nous défendent contre l'obésité, les allergies, les douleurs du ventre et les maladies digestives. Mieux encore, elles parviennent à nous protéger des maladies cardiaques ainsi que de certains cancers, et peuvent même modifier notre comportement, nous rendre sensibles ou nous protéger vis-à-vis de la consommation d'alcool. L'évolution de l'humanité a entraîné avec elle l'évolution des bactéries, mais c'est surtout ces dernières années que notre société s'est transformée, et très vite : modifications de notre alimentation (régime trop gras et/ou trop sucré, additifs alimentaires, dulcorants), augmentation des voyages et migrations humaines, apparition des antibiotiques. Nous avons perdu certaines bactéries, et cela a entraîné des conséquences, d'abord insoupçonnées, mais maintenant mieux comprises : notre déséquilibre bactérien, appelé dysbiose, participe à l'obésité, au diabète, aux douleurs et aux maladies cardiaques ou du tube digestif, l'augmentation de certains cancers et même au développement de troubles psychiatriques, comme le stress ou l'autisme. Comment nos bactéries nous contrôlent-elles ? Comment protéger notre capital bactérien dès notre plus jeune âge et retrouver une flore bactérienne normale en cas de déséquilibre, de dysbiose ? Peut-on se soigner en agissant sur nos bactéries bienveillantes ? Que penser des antibiotiques qui détruisent les bactéries ?

Présentation de l'auteur Et si on vous disait que notre intestin est l'endroit sur la Terre où la densité est la plus élevée ? Et si on vous disait que ces 100 000 milliards de bactéries qui peuplent notre tube digestif sont des amies qui nous veulent du bien ? Il est urgent aujourd'hui, comme nous le démontrent deux ministres spécialistes des bactéries, de réhabiliter ces mal-aimées qui préservent notre santé. Nous naissons stériles, mais sommes envahis dès notre toute première seconde de vie par des bactéries qui resteront en nous définitivement. Fort heureusement, nous vivons en parfaite symbiose avec elles. Nos bactéries sont heureuses en nous et elles nous le rendent bien car, malgré leur mauvaise réputation, elles sont bienveillantes et nous protègent de nombreuses maladies. L'intestin, surnommé "deuxième cerveau", nous contrôle grâce à elles : nos amies les bactéries nous aident à digérer, nous protègent des microbes malveillants et les combattent, mais surtout elles nous défendent contre l'obésité, les allergies, les douleurs du ventre et les maladies digestives. Mieux encore, elles parviennent à nous protéger des maladies cardiaques ainsi que de certains cancers, et peuvent même modifier notre comportement, nous rendre sensibles ou nous protéger vis-à-vis de la consommation d'alcool. L'évolution de l'humanité a entraîné avec elle l'évolution des bactéries, mais c'est surtout ces dernières années que notre société s'est transformée, et très vite : modifications de notre alimentation (régime trop gras et/ou trop sucré, additifs alimentaires, dulcorants), augmentation des voyages et migrations humaines, apparition des antibiotiques. Nous avons perdu certaines bactéries, et cela a entraîné des conséquences, d'abord insoupçonnées, mais maintenant mieux comprises : notre déséquilibre bactérien, appelé dysbiose, participe à l'obésité, au diabète, aux douleurs et aux maladies cardiaques ou du tube digestif, l'augmentation de certains cancers et même au développement de troubles psychiatriques, comme le stress ou l'autisme. Comment nos bactéries nous contrôlent-elles ? Comment protéger notre capital bactérien dès notre plus jeune âge et retrouver une flore bactérienne normale en cas de déséquilibre, de dysbiose ? Peut-on se soigner en agissant sur nos bactéries bienveillantes ? Que penser des antibiotiques qui détruisent les bactéries ?

Biographie de l'auteur Gabriel Perlemuter est professeur des universités, praticien hospitalier et chef du service d'hépatogastroentérologie et nutrition à l'hôpital Antoine-Bécère (AP-HP). Il enseigne à l'université Paris-Sud/Paris-Saclay et dirige une équipe de recherche à l'INSERM sur le microbiote intestinal et le foie. Il est membre de plusieurs sociétés savantes. Il est l'auteur de nombreuses publications scientifiques et didactiques, et donne régulièrement des conférences nationales et internationales. Anne-Marie Cassard est chercheuse à l'INSERM. Elle étudie les mécanismes par lesquels le microbiote intestinal est impliqué dans les maladies métaboliques. Elle est l'auteur de nombreuses publications scientifiques et dirige de nombreux travaux de recherche. Elle donne aussi régulièrement des conférences scientifiques sur l'implication de nos bactéries digestives dans notre santé.